



Main menu table with columns for Day, Main Dish,献立名 (献立名), 体をつくる (赤), 体の調子を整える (緑), 熱や力になる (黄), and kcal. Rows include items like 牛乳 夏野菜カレー, コッペパン タイピーエン, ごはん 肉じゃが, etc.

今月の献立について

- 24日(火)は「パンの日」を「米飯の日」に変更しています。
●19日の「食育の日」には、佐世保産の「にがうり」を使った豆腐チャンプルー、長崎県産の「えのきたけ」や佐世保産の「ほうれん草」を五目うどんに使っています。
●季節の野菜として、夏野菜カレーに「かぼちゃ」「なす」「ピーマン」、サラダに「アスパラガス」や「きゅうり」、煮物やみそ汁に「冬瓜」を使用します。また、季節の果物として「梨」を取り入れています。

今月の食材

※使用する食材は、天候や価格により変更する場合があります。

佐世保産: 精白米・牛乳・きゅうり・パセリ・なす
アスパラガス・かぼちゃ・にがうり・ほうれん草

長崎県産: ねぎ・えのきたけ・エリンギ・しめじ・しょうが

Summary table with columns for 小学校, 中学校, 平均値, and 摂取基準値. Rows show values for kcal and nutrients like たんぱく質 and 脂質.